

## 图书基本信息

书名：《Baby营养课堂》

13位ISBN编号：9787807289692

10位ISBN编号：7807289694

出版时间：2008-12

出版社：广东经济

作者：梁州梅

页数：119

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

## 内容概要

《学生益智补脑食谱》就主要从安神补脑、增强记忆力、缓解疲劳、改善睡眠、考生营养餐单五个方面，根据学生的不同情况，有针对性地提供有效的饮食方案。繁重的课业，重大的考试，都让学生们喘不过气来，而家长们在这时最重要的工作就是及时为孩子补充营养，通过科学饮食迅速地为大脑添加充足动力，保证孩子们以最佳状态投入到学习中去。

## 书籍目录

第1站 准备，宝宝要吃饭了添加辅食的理由宝宝要吃辅食的信号添加辅食的三个阶段添加辅食的原则：量和速度都应循序渐进添加辅食的顺序添加辅食是宝宝品尝新口味的开始，应该是一件开心的事情妈妈亲手做的，就是最好的哪些食物宝宝不能吃自制辅食，这些工具都有了宝宝食物的烹制方法宝宝的辅食——新鲜果汁的制作宝宝的辅食——清淡菜汤的制作宝宝的辅食——泥状食物的制作第2站 4-6个月 初尝辅食第一步营养添加按月来第二步宝宝美食轻松做第三步有问必答智囊团第3站 7-9个月 渐入佳境第一步营养添加按月来第二步宝宝美食轻松做第三步有问必答智囊团第4站 10-12个月 大功告成第一步营养添加按月来第二步宝宝美食轻松做第三步有问必答智囊团第5站 宝宝最爱的食物大详解营养土豆的花样吃法宝宝吃蛋讲究多让宝宝爱上胡萝卜西红柿做出好美食好吃易做豆腐餐苹果让宝宝更健康吃鱼的宝宝更聪明给宝宝及时有效地补水第6站 特殊元素用心补食物补钙，安全才放心第一步如何正确补钙第二步有效的补钙食谱科学补铁，让宝宝远离贫血第一步如何正确补铁第二步有效的补铁食谱宝宝好胃口，补锌是关键第一步如何正确补锌第二步有效的补锌食谱

## 章节摘录

插图：

## 编辑推荐

《0-1岁宝宝断奶食谱》为《Baby营养课堂》系列丛书之一，主要是针对0-1岁宝宝家长编写。旨在帮助宝宝们在断奶期顺利地过渡到成人饮食。

## 精彩短评

- 1、很实用，，还不错！！
- 2、好书，向家长们推荐
- 3、已经按食谱给孩子做了
- 4、感觉内容有些少
- 5、不知道给宝宝吃什么的家庭，该书是不错的选择。
- 6、Baby营养课堂：1-3岁幼儿营养食谱
- 7、给我妈的
- 8、东东可以的

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)